

Weekly Report

事務局: 460-0003

名古屋市中区錦1-13-19
名鉄ビル7FTEL: 052-211-3803
FAX: 052-211-2623
MAIL: 2760.nagoya@mizuho-rc.jp
URL: http://www.mizuho-rc.jp/創立: 1980年(昭和55年)1月10日
会長: 亀井直人
幹事: 鳥山政明
クラブ広報委員長: 杉山裕一
例会日: 毎週木曜日 PM12:30~
会場: ヒルトン名古屋2025-26年度
名古屋瑞穂ロータリークラブ
会長のテーマ
「瑞穂ロータリーを理解し、そして楽しもう!」2025-26年度
国際ロータリーのテーマ
よいことのために手を取りあおう

第2157回例会

～職業奉仕月間～
クラブテーマ:「熱田の杜・友愛・気品」

2026年1月22日(木) 晴 第21回

司会: 福岡逸人 会場委員
 斉唱: 「日も風も星も」
 ゲスト: 金城ライト(株) 代表取締役 盛田一行様
 米山奨学生 Hettiarachchi Minoli Raveeshaさん

会長挨拶

亀井直人会長

皆さん、こんにちは。今日は「ゴルフと認知機能の関係」について、興味深い研究結果をご紹介したいと思います。近年、高齢化社会が進む中で「脳の健康」を保つことが大きなテーマになっています。

ウォーキングや体操が認知症予防に良いという話はよく耳にしますが、実は「ゴルフ」も脳の健維持に効果がある、という研究結果が報告されています。

ある研究では、平均年齢65歳前後の男女を対象に、週に90分から120分程度のゴルフ練習やプレーを6か月間続けてもらい、その後で認知機能を測定しました。すると驚くことに、ゴルフを継続したグループでは、注意力・記憶力・判断力などの指標が有意に向上していました。

なぜゴルフで脳が活性化するのかゴルフは単なる運動ではありません。いくつの脳の領域を同時に使う、非常に「認知的負荷の高いスポーツ」だという事です。

- コースの戦略を考える: 風向きや地形を読み、打つ方向やクラブを選びます。
- 身体のバランスをとる: スイング動作には体幹の安定と集中が必要です。
- 他者との交流: 同伴者との会話やマナーの意識も脳の前頭葉を刺激します。

このように、ゴルフは「運動・思考・社交」を同時に行う複合的な活動です。まさに、脳にとって理想的なトレーニング環境といえるではないでしょうか。また、ポイントは、「ハードな運動ではなく、適度な時間を継続すること」。週に90~120分、つまり1回のラウンドや練習を週1ペースで半年続けるだけで効果が見られそうです。

6か月という期間は、脳の神経可塑性、つまり脳の再編成が起こるのにちょうど良い長さとも言われています。ゴルフは「健康のための運動」というよりも、今や「脳を鍛えるレッスン」と言っても過言ではありません。

体を動かし、頭を使い、人と関わる。この3つが揃うことで、認知機能の維持・改善につながるそうです。皆さんも、もし最近ゴルフのラウンドに行っていないという方がいらっしゃったら最近は寒いのでもう少し暖かくなってから、脳のトレーニングのつもりでコースに出てみてはいかがでしょうか。ご家族の方から喜ばれるかもしれません。

出席報告

荻野達朗 出席委員

会員69名 出席52名 (出席計算人数58名)

出席率 81.25%

ニコボックス

荻野達朗 ニコボックス委員

- 明後日、1月27は私の誕生日、数え年90歳"卒寿"を迎えます。ヤンチャをしてきた私がこんなに長生きして良いものか一度閻魔様に聞いてまいります。さて日頃はこの年寄りをロータリーの皆々様は親切にしていただき、心から感謝申し上げます。
野崎 洋二さん
- 妻の誕生日祝いありがとうございました。
水谷 学さん
- 松波先生、開院50周年おめでとうございます。
渡辺喜代彦さん 福岡 逸人さん

- 皆様お久しぶりです。1月2日小生77歳"喜寿"を迎えました。
本年もよろしくお願いします。
稻葉 徹さん
- 米山奨学生ミソリさん、本日の卓話楽しみにしております。
森 裕之さん 鳥山 政明さん 今川 知也さん 杉江 建亮さん
- 昨日行われた業界団体60周年記念式典で、会社と従業員3名が表彰されました。これまで会社を繋げてくれた先輩方の賜物です。
本多 誠之さん
- 本日は例会見学として、盛田一行さんにご参加いただいております。
皆様どうぞよろしくお願ひいたします。
加藤 直大さん

幹事報告

鳥山政明 幹事

- 1/22(木) 第4回クラブアッセンブリー・第7回理事会 13:40~
- 1/29(木) 第4回クラブフォーラム(中間決算と組織)
12:30~ヒルトン4F「桜の間」※軽食
第2回クラブ奉仕委員会 13:40~ヒルトン4F「美杉の間」
- 2/4(水) 4RC合同例会
受付担当集合・受付 17:00~ 例会 18:00~20:00
- 2/5(木) 例会変更により休会

1月誕生日おめでとう

天野 正明さん 稲葉 徹さん 村上 学さん
 横山 請悟さん 田中 宏さん 田中 英雄さん
 山口 哲司さん 市岡 正蔵さん 岩田 修司さん
 野崎 洋二さん

奨学金授与

Hettiarachchi Minoli Raveeshaさん



卓話

米山獎学生 Hettiarachchi Minoli Raveeshaさん

皆さん、こんにちは。
ヘッチアラッチ・ミノリ・ラベーシャ
です。本日、2回目の卓話をさ
せて頂きます。前回は母国
スリランカの紹介をさせて頂き
ましたが、今回は大学で学んだ
事を少し、お話させて頂ければと思います。



私は大学で「ビジネス法学科」に所属し、「法律」と「ビジネス」について学びました。「ビジネス法科」とは、企業活動や社会のルールを法律の視点から理解し、実務に活かすことを目的とした学科です。

私がこの学科を選んだ理由は、将来、日本でビジネスに関わりたいと考えたからです。特に、外国人として日本で事業を行うためには、法律の知識がとても重要だと感じ、「ビジネス法科」を選びました。

この学科では、専門的な法律知識だけでなく、社会で役に立つ“考え方”や“伝える力”を身につけることができたと思います。まず、大学では法律の基礎を学びました。法律は、社会のルールであり、私たちの生活やビジネスを支える大切なものです。授業を通して、法律の仕組みや条文の読み方を理解するようになりました。

次に、経済学や経営学の基礎も学びました。経済や経営の考え方を知ることで、法律をより現実的に考えられるようになりました。

法律とビジネスは深く関係していることを学びました。また、大学では専門科目として、「物権法」、「会社法」、「知的財産法」を学びました。

これらの法律は、実際のビジネスの場面でとても重要であり、飲食店を開業する際に、店舗となる建物や土地を借りる場合があります。そのときに、「この設備は誰のものなのか?」「どこまで自由に使ってよいのか?」と、いった問題が起こることがあります。

このような土地や建物、設備の利用や所有に関するトラブルを物権法を利用して、解決する事があります。物権法の事例として、新見委員長は土地を沢山、所有しております。その土地を借りている杉江カウンセラーが建物を建てています。

日本では土地と建物は別物の考え、土地の所有者と建物の所有者は別ですから、土地の所有者であっても新見委員長が勝手に建物を壊す事は出来ません。

しかしながら、例えば、建築物が違法建築であった場合や土地の所有権が、新見委員長から他のAさんへ移った場合、問題が生じる場合があります。その時の解決方法の1つとして、物権法が用いられることがあります。

詳しく説明しますと時間が足りなくなりますので、詳しい解決方法に関しては、専門家の星野先生や村瀬先生に、御確認頂きます様、よろしくお願ひ致します。

次に、会社法についてです。会社法とは、会社の設立・運営に関するあらゆる法律で、会社が健全に活動できるための基本的ルールです。

複数人で会社を設立して飲食店を経営する場合、「誰が経営の責任を持つのか」「利益はどのように分けるのか」といった問題や、「代表者の1人が他の共同経営者に相談無く、勝手に会社に不利益をもたらす契約を結んでしまった」等々…

会社法を理解することで、トラブルを未然に防ぎ、安心して経営することが出来ます。(こちらも詳しく説明しますと、時間がたりなくなりますので、詳しくは、専門家の星野先生や村瀬先生に、ご確認頂きます様、よろしくお願ひ致します。)

最後に、知的財産法についてです。知的財産法は皆さん、聞いたことある法律だと思います。自分で考えた「店名」「ロゴ」や「メニューのデザイン」を、他の人に無断で勝手に使われてしまうことを防ぐ。知的財産法を学ぶことで、自分のビジネスの価値を守る重要性を理解しました。

ゼミでは、日本で外国人が飲食店を開業する際の法的課題について研究しました。日本で外国人が飲食店を開業する際、最も難しい課題は在留資格(ビザ)の取得です。

経営・管理ビザには厳しい条件があり、資金、書類の準備が大きな負担となります。(昨年10月に内閣が代わった事で、更に一層、厳しくなりました)

習得した知識で「考える能力」を身に付け、ゼミでは、ディスカッションや発表を通して、自分の思い、意見を「伝える能力」を高めました。大学で学んだことは、将来、社会に出てから実践で役にたつことばかりだと思います。

瑞穂ロータリーの皆様の様に、社会に貢献出来る人材になれるよう、自分の夢に向かって、今後も成長していきたいと考えています。ご清聴ありがとうございました。

例会のご案内

■今 週 1月29日（木）第4回クラブフォーラム

場 所：ヒルトン名古屋 4F 「桜の間」

時 間：12:30～13:30

■次 週 2月4日（水）4RC合同例会

場 所：名古屋マリオットアソシアホテル

16F 「アイリス」

時 間：18:00～20:00

2月5日（木）は例会変更により休会

■次々 週 2月12日（木）

場 所：ヒルトン名古屋 4F 「竹園の間」

時 間：12:30～13:30

卓話者：(株)グリッターエイジェンシー代表取締役兼CEO

岡村徹也様

テーマ：「AI・ロボット時代における『人間の仕事』と
『人間の価値』～クリエイティブとコミュニケーションから読み解く“人間の強味”～」